Η ΣΕΛΙΣ ΤΩΝ ΚΥΡΙΩΝ **ΤΑ ΙΔΙΑΙΤΕΡΑ ΣΑΣ**

Ἀπὸ τὴν Ζωὴ τῶν Ἀλλοδαπῶν

Πῶς διατηρεῖται ἡ ἐμορφιά

ΣΙΛΟΥΕΤΤΕΣ ΑΠΟ ΤΑ ΣΑΛΟΝΙΑ

Λ. Λ.

Ἡ γυναικεία γλυκύτης, ἡ ραδινότης τῆς ὑγείας, ἡ δρόσος τῆς νεότητος, ἡ χαρὰ καὶ τὸ μειδίαμα τῆς καλῆς καρδιᾶς, ἡ λεπτότης, ἡ ἁβρότης καὶ ἡ ζηλευτὴ εὐγένεια τῆς ράτσας, ὅλ' αὐτὰ πλούσια δοσμένα καὶ ἑνωμένα εἰς ἕνα ἄτομον, ἀπαράλλαχτα σὰν τὰ σπάνια ἄνθη τὰ συγκεντρωμένα, τὰ ἀδελφωμένα ἁρμονικὰ εἰς ἕνα μπουκέτο. Κοσμική, χωρὶς ξιπασιὰ καὶ σχολαστικότητα. Κυανόαιμος χωρὶς ὑπερηφάνειαν. Καλή, σωματικῶς καὶ ψυχικῶς, μὲ τὴν ὡραίαν σημασίαν τὴν ὁποίαν ἔδιδαν εἰς τὴν λέξιν αὐτὴν οἱ ἀρχαῖοι προγονοί μας. Οἱ ἐπισκεφθέντες τὴν Ἰταλίαν καὶ θαυμάσαντες τὰ ὑπέροχα μνημεῖα τῆς τέχνης, ὑποστηρίζουν ὅτι ὁμοιάζει καταπληκτικῶς μὲ τὴν «Κοιμωμένην» τὸ περίφημον ἀριστούργημα τοῦ Μιχαὴλ Ἀγγέλου. Τὴν «Κοιμωμένην» ἀφυπνισθεῖσαν, ἀποκτήσασαν ψυχήν, σφρῖγος καὶ θέρμην ζωῆς... Ἐμορφιά, καθαρῶς ἑλληνική. Μόρφωσις σπανία. Καλοσύνη ἀπέραντος καὶ καταδεκτικότης βαθύτατα συγκινοῦσα καὶ ὑποχρεώνουσα. Ὑπαρξις ἀνωτέρα.

ΚΟΣΜΙΚΗ ΚΙΝΗΣΙΣ

— Φιλική συγκέντωσις ἕνα ἀπὸ τὰ βράδυα τῆς περασμένης ἑβδομάδος εἰς τῆς Κας Μ. Ἐμπειρίκου.

— Παρευρέθησαν ἡ Κα Λ. Ράλλη ἐκ Παρισιῶν, χαριτωμένη ἐμφάνισις μὲ κομψὸν φόρεμα ριγέ μαῦρο καὶ κόκκινο καὶ μεγάλο μαῦρο καπέλλο, ἡ Κα Π. Καρέλλα μὲ γκρὶ καὶ ἄσπρα καὶ μαῦρον φέτρ ρελεβέ, τὴν τελευταίαν λέξιν τῆς μόδας, ἡ δὶς Συνιόσογλου μὲ σύνολον ταφτὰ μαυρόν.

— Ἡ οἰκοδέσποινα ἔφερε ὡραίαν τουαλέτταν ἐμπριμὲ μαῦρο καὶ κόκκινο.

Παρευρέθησαν ἐπίσης ὁ κ. καὶ ἡ κ. Κ. Ἀθανασιάδη, ἡ κ. καὶ ἡ κ. Ι. Σερπιέρη, οἱ δίδες Διαμαντοπούλου, Βικοβάρο, Σκουζέ, Ἀνδριτσάκη, οἱ κ. κ. Μπαλτατζῆς, Μαυροκορδάτος, Λοῦρος, Θεοχάρης, Πρίγκος, Ἐμπειρίκος καὶ ἄλλοι.

***

— Στὸ «Φέμινα» ἐκλεκτὸς κόσμος κάθε βράδυ.

— Τὴν Τρίτη βράδυ τῆς περασμένης ἑβδομάδος διεκρίναμεν γύρω ἀπὸ τὰ διόφορα τραπέζια τὸν κ. καὶ τὴν κ. Ι. Ρωμάνου, τὴν Καν Ι. Ράλλη, τὸν κ. καὶ τὴν κ. Π. Καρέλα, τὸν ἰατρὸν καὶ τὴν κ. Τσαμπούλα, τὸν κ. καὶ τὴν κ. Ν. Βάσσου, τὸν κ. καὶ τὴν κ. Κ. Καμπάνη, τὴν Καν Α. Ράλλη, τὴν Καν Δροσοπούλου, τοὺς κ. κ. Σταθάτον, Κοντόσταυλον, Πολίτην, Καλλέργην, Μπενάκην, Σταυρόπουλον, Ἐμπειρίκον, Ραυτόπουλον, Μπλέσσαν κλπ.

— Εἰς ἕνα θεωρεῖο ἐφιγουράριζε παρεπιδημοῦν πριγκηπικὸν ζεῦγος, τὸ ὁποῖον ταξιδεύει ἀπὸ αὐστηρὸν ἰνκόγνιτο.

***

— Εἰς τὴν ὡραίαν ἐπαυλίν των, τοῦ Πύργου Βασιλίσσης, ὁ κ. καὶ ἡ κ. Ι. Σερπιέρη παρέθεσαν μικρὸν πρόγευμα τὴν περασμένην ἑβδομάδα.

Μεταξὺ τῶν συνδαιτημόνων διεκρίναμεν τὸν κ. καὶ τὴν κ. Κ. Μάτσα, τὸν κ. καὶ τὴν κ. Π. Σκαραμαγκᾶ, τὴν Καν Ι. Ράλλη, τὰς δίδας Σκουζὲ καὶ Βικοβάρο καὶ τοὺς κ. κ. Μαυροκορδάτον, Ἀλιγκτον καὶ Πρίγκον

— Ἐπέστρεψεν ἐκ τοῦ Ἐξωτερικοῦ ἡ κ. Θεοδ. Μελᾶ μετὰ τῶν υἱῶν της.

— Ἐπανέκαμψαν ἐπίσης ἐκ τοῦ Ἐξωτερικοῦ ἡ κ. Ν. Βότση, καθὼς καὶ δνὶς Μαρία Βότση.

Ἐπέστρεψαν ἐκ τῆς ἐξοχῆς ὁ κ. καὶ ἡ κ. Πουρῆ, καθὼς καὶ ἡ χαριτωμένη δνὶς Μαρία Πουρῆ, ἡ ὁποία ἐνεφανίσθη καὶ πάλιν στὰ κοσμικὰ κέντρα μὲ σὶκ μαρὸν ταγιὲρ καὶ χαριτωμένο καπέλλο.

ΕΚΔΟΣΕΙΣ

Ὑπὸ τοῦ κ. Ἐπαμ. Λ. Μπέλλου ἐξεδόθη καὶ ἐκυκλοφόρησε εἰς κομψὸν τόμον, συλλογὴ διηγημάτων μὲ τὸν γενικὸν τίτλον «Κισμέτ».

ΠΡΟΣΚΛΗΣΙΣ

Παρακαλεῖται ὁ κ. Σταμάτιος Κοντορούσης ὅπως διέλθη τοῦ γραφείου μας, πρὸς διακανονισμὸν ἐπειγούσης ὑποθέσεώς του.

ΖΗΤΕΙΤΑΙ ὑπηρέτρια μὲ καλὰς συστάσεις, δι' οἰκογένειαν ἐκ τριῶν ἀτόμων, γνωρίζουσα καὶ μαγειρική. Πληροφορίαι εἰς τὰ Γραφεῖα μας.

(Η ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΤΗΣ ΦΙΛΗΣ ΣΑΣ)

Λουλουδένιαν, Λάρισαν.—Γιὰ νὰ ἰσιώσῃ ἡ ράχη σας πρέπει νὰ κάνετε γυμναστική, ἰδίως κάμψεις τῶν χειρῶν, ἐπικύψεις κ.τ.λ. Ἐπίσης νὰ κάνετε ἀσκήσεις μ' ἕνα μπαστοῦνι ποὺ τὸ περνᾶτε πίσω ἀπὸ τὴν ράχη σας καὶ τὸ ἀνεβοκατεβάζετε. Γιὰ τὸ ἄλλο ποὺ μὲ ρωτᾶτε δὲν εἶμαι ἁρμοδία.

Φ. Νικηφόρου, Χίον.—Ὑπάρχουν πολλὰ καταστήματα στὰς Ἀθήνας τὰ ὁποῖα κατασκευάζουν τελείους στηθοδέσμους, ἀλλὰ ἕτοιμο στηθόδεσμο εἶνε ἀδύνατον νὰ βρῆτε. Πιθανὸν νὰ ἀναλαμβάνουν νὰ σᾶς κατασκευάσουν, ἂν στείλετε τὰ μέτρα σας. Ἐν τοιαύτῃ περιπτώσει, κάθε σουτιὲν θὰ σᾶς κοστίσῃ 100—200 δραχ. ἀναλόγως τοῦ σχεδίου καὶ τοῦ ὑφάσματος ποὺ θὰ χρησιμοποιήσετε. Ἂν θέλετε μοῦ γράφετε καὶ σᾶς φροντίζω εὐχαρίστως.

Δυὸ Ζιζάνια.—Πρωτίστως συνιστῶ καὶ στὶς δυὸ σας νὰ κάνετε γυμναστική. Εἴσθε δεκαοκτὼ ἐτῶν κορίτσια καὶ δὲν θέλετε νὰ δώσετε στὸ σῶμα σας εὐλυγισία καὶ χάρι; Αὐτὸ εἶνε ἀκατανόητο. Γνωρίζω κυρίες ποὺ εἶχαν τὸ θάρρος ν' ἀρχίσουν γυμναστικὴ σὲ ἡλικία 40 ἐτῶν καὶ εἶνε ἐνθουσιασμένες. Ἀρχίστε μὲ λίγες ἐλαφρὲς ἀναπνευστικὲς κινήσεις καὶ σιγὰ-σιγὰ κάνετε ἕνα τέταρτο τῆς ὥρας γυμναστική, κάθε πρωΐ. Μόνον ἔτσι θὰ ὡμορφήνετε, θὰ ψηλώσετε, θὰ γίνετε κομψὲς καὶ θὰ διατηρήσετε τὴν ὡμορφιά σας σὲ προχωρημένη ἡλικία. Στὴ ξανθιά, γιὰ νὰ ψηλώσῃ, συνιστῶ καὶ πάλι γυμναστική, ἰδίως χειροβάδισι καὶ τὶς λοιπὲς ἀσκήσεις ποὺ γίνονται στὰ μονόζυγα. Σαράντα μία ὀκάδες δὲν εἶνε ὑπερβολικὸ βάρος γιὰ 1.56 ὕψος καὶ μάλιστα στὴν ἡλικία σας. Πάντως φροντίσετε νὰ μὴ παχύνετε, γιὰ νὰ μὴ χαλάσουν ἡ γραμμές σας. Δίαιτα δὲν ἐπιτρέπεται νὰ κάνετε στὴν ἡλικία σας. Ἀποφεύγετε ὅμως τὰ ἀμυλώδη, τὶς σαλτσες καὶ τὰ πολλὰ γλυκά, τὰ ὁποῖα δὲν ὠφελοῦν καμμιὰ περίπτωσι. Στὴν μελαχροινὴ ἀπαγορεύεται ἀπολύτως ν' ἀδυνατίσῃ. Μᾶλλον θὰ ἔπρεπε νὰ παχύνῃ μιὰ ὀκᾶ. Γιὰ τὸ ἡλιόκαυμα, ἂν εἶνε ἐλαφρό, ἀλείφετε τὸ πρόσωπό σας μὲ ἀσπράδι αὐγοῦ ἢ χυμὸ κεφαλοῦ. Στὶς ἄλλες ἐρωτήσεις σας θ' ἀπαντήσω προσεχῶς.

Πονεμένην Καρδιάν, Θεσσαλονίκην.— Σᾶς καταλαβαίνω καὶ σᾶς συμπονῶ, μ' ὅλη μου τὴν καρδιά. Ἡ ἀπόφασίς σας νὰ μείνετε κοντὰ στὴν οἰκογένειά σας καὶ στὰ παιδιά σας εἶνε ἡ πιὸ σωστή, μ' ὅλο ποὺ σᾶς ὑποβάλλει βέβαια σὲ μεγάλες θυσίες. Δυστυχῶς δὲν μπορῶ νὰ σᾶς δώσω ἄλλη συμβουλή, παρὰ νὰ κάνετε ὑπομονή. Μὴ προσηλώνετε τὴ σκέψι σας διαρκῶς στὸ ἴδιο πράγμα. Κυττάξτε ν' ἀπασχολήσθε ὅσο περισσότερο μπορεῖτε μὲ τὰ παιδιά σας καὶ μὲ ἄλλες ἐνδιαφέρουσες ἀσχολίες. Ὅσο γιὰ τὸν ἀνήσυχο ὕπνο σας, σᾶς συνιστῶ νὰ κοπιάζετε πολὺ σωματικῶς καὶ ἂν σᾶς εἶνε εὔκολο νὰ περπατᾶτε ἐπὶ μιὰ ὥρα τὴν ἡμέρα. Ἔτσι, ὅταν θὰ πέφτετε νὰ κοιμηθῆτε, θὰ εἶσθε τόσο κουρασμένη, ποὺ θὰ σᾶς παίρνῃ ἀμέσως ὁ παρήγορος ὕπνος καὶ θὰ κοιμᾶσθε ἥσυχα ὡς τὸ πρωΐ. Θὰ σᾶς ὠφελήσῃ πολὺ ἐπίσης ἂν πάρετε λίγο bromural, συμβουλευθῆτε ὅμως κι' ἕνα γιατρό. Πρωτίστως μὴν ἀφίνετε νὰ σᾶς κυριεύσουν μαῦρες ἰδέες. Σκεφθῆτε ὅτι πάρα πολὺς κόσμος ὑποφέρει σὰν καὶ σᾶς, εἴτε γιὰ τὸν ἕνα εἴτε γιὰ τὸν ἄλλο λόγο, ἀλλὰ δέχεται τὴν τύχη του μὲ ὑπομονὴ καὶ μὲ ἐλπίδα εἰς τὸ μέλλον. Ἂν νομίζετε ὅτι τὸ νὰ μοῦ γράφετε συχνὰ θὰ σᾶς ἀνακουφίζῃ, κάμετέ το ἐλεύθερα. Εἶμαι πάντοτε πρόθυμη νὰ ἐξυπηρετήσω, ὅπως μπορῶ, τὶς φίλες μου.

Χρ. Κ. Καβάλλαν. Μάλιστα, ὑπάρχουν τέτοια φάρμακα ποὺ ἀλείφει κανεὶς τὸ σῶμα του καὶ ἐκτίθεται στὸν ἥλιο καὶ μαυρίζει κανονικά Τὰ περισσότερα ἀπ' αὐτὰ εἶνε εὐρωπαϊκὰ καὶ στοιχίζουν ἀκριβά, ὑπάρχει ὅμως κι' ἕνα λάδι εἰδικό, ἑλληνικῆς κατασκευῆς, τὸ «Ἡλιόλ» τοῦ φαρμακείου Δαμβέργη. Ὑποθέτω ὅτι θὰ μπορούσατε νὰ τὸ προμηθευθῆτε καὶ αὐτοῦ, ἂν ζητούσατε ἀπὸ τὸ φαρμακεῖο σας νὰ σᾶς τὸ φέρῃ· ἀλλὰ τώρα τὸ φθινόπωρο δὲν πιστεύω νὰ ἔχῃ πιὰ τόση δύναμι ὁ ἥλιος, ὥστε νὰ σᾶς μαυρίσῃ. Κινδυνεύετε μόνον νὰ πάρετε κανένα κρυολόγημα. Ὥστε προφυλαχθῆτε. Πρὸ παντὸς ἡ ὑγεία!.

Η ΦΙΛΗ ΣΑΣ

Η Α. Μ. Η ΜΟΔΑ

Ἕνα εὔμορφο ζαμπὸ ποὺ σχηματίζεται ἀπὸ 7 πέταλα καμωμένα μὲ ὀργαντίνα.

ΣΟΦΑ ΛΟΓΙΑ

Κάνετι ὅσον ἠμπορεῖτε οἰκονομίας, ἔστω μικράς, ἂν δὲν σᾶς περισσεύουν πολλά. Καταθέτετε αὐτὰς εἰς τὸ Ταμιευτήριον τῆς Ἐθνικῆς Τραπέζης. Ἔτσι ἀσφαλίζετε ἐντελῶς τὰ λεπτά σας καὶ μαζὶ μὲ τοὺς τόκους, σχηματίζετε σιγὰ— σιγὰ ἕνα σεβαστὸν κεφάλαιον, ἀπαραίτητον διὰ τὰ γεράματα καὶ διὰ κάθε ἔκτακτην ἀνάγκην τῆς ζωῆς σας.